



Survei Tingkat Keterampilan Dasar Atlet Petanque Pemula Berdasarkan Program Latihan BKMFB Petanque FIKK UNM

Retno Farhana Nurulita¹

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar
Jl. A. P. Pettarani, Tidung, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222
Email: retno.farhana.nurulita@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar atlet Petanque pemula berdasarkan program latihan di BKMFB Petanque FIKK UNM. Keterampilan dasar yang dimaksud meliputi kemampuan teknik *pointing* dan *shooting* yang menjadi fondasi penting dalam performa olahraga Petanque. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian terdiri atas 30 atlet pemula yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria aktif mengikuti latihan minimal satu semester. Instrumen penelitian berupa tes keterampilan dasar *pointing* dan *shooting* yang mengacu pada pedoman *Fédération Internationale de Pétanque et Jeu Provençal (FIPJP) Skills Test*. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, meliputi perhitungan mean, median, standar deviasi, dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kemampuan *pointing* atlet adalah 64,2 dengan kategori “cukup”, dan rata-rata kemampuan *shooting* sebesar 61,3 yang juga berada pada kategori “cukup”. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar atlet Petanque pemula BKMFB FIKK UNM tergolong cukup baik, namun masih perlu ditingkatkan terutama pada aspek akurasi dan konsistensi teknik melalui variasi program latihan yang lebih terarah dan sistematis.

Kata Kunci: survei, keterampilan dasar, petanque, program latihan, atlet pemula

PENDAHULUAN

Petanque adalah cabang olahraga yang menekankan pada kemampuan presisi, fokus mental, serta pengendalian tubuh saat melempar bola (*boule*) menuju sasaran kecil yang disebut *cochonnet* (Juhanis & Nur, 2018). Petanque adalah cabang olahraga yang tergolong dalam permainan berbasis keterampilan (*skill games*), di mana penguasaan teknik dan tingkat akurasi memiliki peran penting dalam pencapaian prestasi (Zainuddin et al., 2022). Petanque berasal dari Prancis, tepatnya di kota La Ciotat pada tahun 1907. Permainan Petanque mengalami perkembangan yang signifikan di berbagai negara, termasuk Indonesia, dan telah diresmikan sebagai salah satu cabang olahraga di bawah naungan Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI). Di Indonesia, olahraga ini semakin populer,

khususnya di lingkungan perguruan tinggi melalui wadah kegiatan mahasiswa seperti UKM dan BKMF. Salah satunya adalah BKMF Petanque FIKK UNM yang aktif melakukan pembinaan atlet-atlet muda. Tujuannya adalah melempar bola-bola besi sedekat mungkin dengan sebuah bola kecil yang disebut *cochonnet* atau *jack*, sambil berdiri dengan kedua kaki di dalam lingkaran kecil. Teknik *pointing* adalah cara melempar bola dengan tujuan mendekatkan bola ke *cochonnet* secara akurat (Abdullah et al., 2024). *Shooting* adalah teknik melempar bola untuk mengenai atau menyingkirkan bola lawan yang lebih dekat ke *cochonnet* (Badaru et al., 2021).

Pembinaan keterampilan dasar merupakan aspek fundamental dalam pengembangan prestasi olahraga, termasuk cabang olahraga petanque. Dalam konteks pembinaan olahraga, keterampilan dasar menjadi pondasi utama yang menentukan kualitas performa atlet di tingkat lanjutan. Menurut (Saharullah & others, 2020) pembinaan keterampilan dasar yang baik akan membentuk pola gerak yang efisien, meningkatkan konsistensi, serta mengurangi kesalahan teknis saat bertanding. Hal ini sangat relevan dalam olahraga petanque, yang menuntut presisi, stabilitas, dan pengendalian motorik halus dalam setiap lemparan. Petanque bukan hanya sekadar permainan lempar bola logam ke arah target, tetapi juga kombinasi dari kemampuan teknik, taktik, dan konsentrasi. Dua komponen utama dalam permainan ini, yaitu *pointing* dan *shooting*, menuntut tingkat keterampilan yang tinggi dalam mengatur kekuatan, arah, dan akurasi lemparan. Atlet yang memiliki keterampilan dasar yang kuat akan lebih mudah menyesuaikan diri terhadap variasi jarak, kondisi lapangan, maupun tekanan psikologis saat bertanding. Sebaliknya, kurangnya penguasaan keterampilan dasar dapat menyebabkan inkonsistensi performa dan kesulitan dalam mengembangkan strategi permainan yang efektif.

Pada tahap pembinaan atlet pemula, fokus latihan seharusnya diarahkan pada penguasaan teknik dasar seperti posisi tubuh saat melempar, cara memegang *boule*, ayunan lengan, dan kontrol jarak terhadap *cochonnet*. Pembinaan keterampilan dasar yang sistematis dan berkelanjutan akan memberikan fondasi teknik yang kuat sebelum atlet diperkenalkan pada strategi permainan yang lebih kompleks. Dalam buku (Wiarso, 2021) pembinaan keterampilan dasar berperan penting dalam menciptakan kebiasaan gerak yang efisien dan otomatis, yang nantinya menjadi modal utama saat atlet memasuki tahap

pembinaan prestasi. Selain itu, pembinaan keterampilan dasar juga berfungsi sebagai sarana evaluasi bagi pelatih dalam menilai efektivitas program latihan yang diterapkan. Melalui pengukuran kemampuan pointing dan shooting secara periodik, pelatih dapat mengetahui sejauh mana kemajuan atlet dan bagian mana dari latihan yang perlu diperbaiki. Dalam konteks kegiatan olahraga di lingkungan kampus, seperti BKMF Petanque FIKK UNM, proses pembinaan keterampilan dasar memiliki peran strategis karena menjadi tahap awal dalam mencetak atlet muda potensial yang dapat berprestasi di tingkat regional maupun nasional.

Penelitian (Irawan et al., 2022) menunjukkan bahwa kemampuan pointing atlet masih bervariasi antarindividu, sehingga diperlukan program latihan yang terstruktur dan terukur agar peningkatan keterampilan dapat dicapai secara konsisten. Selanjutnya, menurut (Pelana et al., 2021) model latihan yang disusun secara sistematis dapat meningkatkan ketepatan lemparan bola menuju cochonnet secara signifikan. Temuan ini menegaskan bahwa latihan pointing yang dirancang dengan prinsip-prinsip pelatihan olahraga dapat mempercepat penguasaan keterampilan dasar.

Program latihan di BKMF Petanque FIKK UNM dirancang untuk melatih kedua keterampilan dasar ini secara sistematis melalui berbagai bentuk latihan teknik, ketepatan, dan simulasi pertandingan. Namun, efektivitas latihan tersebut perlu diukur secara sistematis agar dapat diketahui sejauh mana tingkat keterampilan dasar atlet pemula berkembang sesuai dengan tujuan pembinaan. Namun demikian, dalam praktiknya masih terdapat tantangan yang perlu diperhatikan, terutama terkait dengan sejauh mana efektivitas program latihan tersebut dalam mengembangkan kemampuan teknis atlet. Selama ini, pelaksanaan latihan lebih berfokus pada rutinitas dan volume kegiatan, sementara aspek evaluasi keterampilan dasar belum dilakukan secara sistematis dan terukur. Kondisi ini membuat pelatih dan pembina kesulitan untuk mengetahui perkembangan kemampuan individu maupun efektivitas pendekatan latihan yang digunakan

Oleh karena itu, penting dilakukan survei yang bertujuan untuk menilai tingkat keterampilan dasar atlet petanque pemula yang mengikuti program latihan di BKMF Petanque FIKK UNM. Hasil dari survei ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang objektif mengenai kemampuan teknik dasar para atlet, sekaligus menjadi bahan evaluasi

bagi pelatih dalam memperbaiki dan menyempurnakan program latihan. Melalui langkah tersebut, pembinaan atlet pemula dapat berjalan lebih terarah, efektif, dan berbasis pada data yang terukur. Dengan adanya pengukuran tingkat keterampilan dasar secara sistematis, diharapkan BKMF Petanque FIKK UNM mampu menghasilkan atlet pemula yang tidak hanya aktif dalam kegiatan olahraga kampus, tetapi juga memiliki potensi untuk bersaing pada level kompetisi yang lebih tinggi. Program latihan yang disusun dan dievaluasi secara berkelanjutan akan menjadi kunci utama dalam mencetak atlet petanque berprestasi di masa mendatang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survei dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di BKMF Petanque Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar (FIKK UNM) pada semester ganjil tahun 2025. Lokasi tersebut dipilih karena merupakan pusat kegiatan pembinaan dan latihan rutin bagi atlet Petanque tingkat mahasiswa, khususnya bagi atlet pemula yang baru mengikuti program latihan dasar.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Petanque yang tergabung dalam BKMF Petanque FIKK UNM. Dari populasi tersebut, peneliti menetapkan 30 atlet pemula sebagai sampel penelitian dengan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik ini dipilih dengan pertimbangan bahwa sampel yang diambil memiliki kriteria tertentu, yaitu atlet yang tergolong pemula, aktif mengikuti program latihan rutin, dan telah menjalani latihan minimal selama satu semester.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa tes keterampilan dasar Petanque, yang terdiri atas tes pointing dan tes shooting. Pada tes pointing, atlet melempar bola (boule) menuju bola sasaran (cochonnet) dengan jarak antara 6 hingga 8 meter, dan skor diberikan berdasarkan tingkat kedekatan antara bola lemparan dan bola sasaran. Pada tes shooting, atlet melakukan tembakan ke arah bola target pada jarak 6 hingga 7 meter, dan skor ditentukan berdasarkan ketepatan lemparan yang mengenai sasaran. Kedua jenis tes tersebut mengacu pada pedoman Fédération Internationale de Pétanque et Jeu Provençal (FIPJP) Skills Test, sehingga hasil pengukuran memiliki standar internasional yang valid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Statistik Deskriptif Hasil Tes Pointing Atlet Petanque Pemula BKMF Petanque FIKK UNM

Statistik	Nilai
Nilai Tertinggi	88
Nilai Terendah	40
Mean (Rata-rata)	64,2
Median	65
Standar Deviasi	9,56
Statistik	Nilai

Distribusi Kategori Tes Pointing

Kategori	Interval Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Baik	80-100	3	10%
Baik	66-79	10	33%
Cukup	51-65	12	40%
Kurang	35-50	4	13%
Sangat Kurang	< 35	1	4%
Total	—	30	100%

Berdasarkan hasil pengolahan data, rata-rata kemampuan pointing atlet pemula adalah 64,2 yang termasuk dalam kategori cukup. Sebanyak 40% atlet berada pada kategori “cukup”, sedangkan 33% lainnya berada pada kategori “baik”. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar atlet telah memiliki dasar keterampilan pointing yang memadai, namun masih perlu peningkatan pada aspek konsistensi dan akurasi lemparan untuk mencapai kategori “baik” dan “sangat baik”.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Hasil Tes Shooting Atlet Petanque Pemula BKMF Petanque FIKK UNM

Statistik	Nilai
Nilai Tertinggi	85
Nilai Terendah	38
Mean (Rata-rata)	61,3
Median	62
Standar Deviasi	10,12

Statistik	Nilai
------------------	--------------

Distribusi Kategori Tes Shooting

Kategori	Interval Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Baik	80–100	2	7%
Baik	66–79	8	27%
Cukup	51–65	13	43%
Kurang	35–50	5	17%
Sangat Kurang	< 35	2	6%
Total	—	30	100%

Hasil tes shooting menunjukkan nilai rata-rata sebesar 61,3, yang termasuk dalam kategori cukup. Sebagian besar atlet (43%) berada pada kategori ini, sementara 27% lainnya termasuk kategori “baik”. Temuan ini memperlihatkan bahwa kemampuan shooting atlet pemula masih pada tahap dasar, dengan tantangan utama berupa ketepatan arah tembakan dan stabilitas kontrol bola saat melakukan lemparan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, keterampilan dasar atlet Petanque pemula di BKMF Petanque FIKK UNM tergolong cukup dalam dua komponen utama, yaitu pointing dan shooting. Hasil ini mengindikasikan bahwa program latihan yang diterapkan telah memberikan pengaruh positif terhadap penguasaan teknik dasar, namun efektivitasnya masih perlu ditingkatkan untuk mencapai standar keterampilan yang lebih tinggi. Pada keterampilan pointing, sebagian besar atlet menunjukkan kemampuan yang cukup baik dalam mengontrol arah dan kekuatan lemparan bola menuju sasaran (cochonnet). Namun, konsistensi dalam mencapai jarak dan posisi ideal masih menjadi kendala. Sementara itu, pada keterampilan shooting, kemampuan rata-rata atlet berada sedikit di bawah hasil pointing. Shooting menuntut koordinasi motorik halus dan timing pelepasan bola yang tepat. Berdasarkan temuan penelitian ini, masih banyak atlet yang belum stabil dalam menjaga akurasi tembakan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan dasar atlet Petanque pemula di BKMF Petanque FIKK UNM berada pada kategori “cukup” baik pada keterampilan pointing maupun shooting. Temuan ini mengindikasikan bahwa program latihan yang diterapkan

telah memberikan dasar kemampuan teknis yang cukup memadai, namun belum mampu menghasilkan pencapaian kategori “baik” atau “sangat baik” secara dominan. Pada keterampilan pointing, nilai rata-rata 64,2 menggambarkan bahwa sebagian besar atlet telah mampu mengontrol kekuatan dan arah lemparan, tetapi masih menghadapi kendala dalam mempertahankan konsistensi lintasan boule dan stabilitas jarak. Pada keterampilan shooting, nilai rata-rata 61,3 menunjukkan bahwa kemampuan menembak masih tergolong dasar, khususnya dalam aspek akurasi dan penggunaan teknik pelepasan bola yang tepat.

Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, seperti Pelana et al. (2021) dan Irawan et al. (2022), hasil ini konsisten dengan temuan bahwa kemampuan teknis pemula cenderung bervariasi dan sangat dipengaruhi oleh kualitas program latihan yang diberikan. Studi-studi tersebut menegaskan bahwa akurasi dan konsistensi lemparan membutuhkan latihan yang sistematis dan berkelanjutan. Penelitian Badaru et al. (2021) bahkan menyoroti bahwa kemampuan shooting sangat dipengaruhi oleh kekuatan otot dan koordinasi motorik halus, dua aspek yang tampaknya masih perlu diperkuat pada atlet pemula BKMF Petanque FIKK UNM. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun program latihan telah berjalan secara rutin, pendekatan yang digunakan masih belum cukup optimal dalam melatih aspek presisi dan kontrol bola secara menyeluruh.

Keunikan penelitian ini terletak pada pendekatannya yang secara spesifik mengukur keterampilan dasar atlet pemula berdasarkan program latihan yang benar-benar diterapkan di BKMF Petanque FIKK UNM, bukan berdasarkan model latihan teoritis atau eksperimen yang dirancang peneliti. Dengan metode survei terstandar menggunakan tes FIPJP, penelitian ini memberikan gambaran objektif tentang efektivitas pembinaan yang berlangsung di tingkat perguruan tinggi. Selain itu, penelitian ini menghadirkan data terukur mengenai dua keterampilan inti Petanque—pointing dan shooting—yang jarang diteliti secara bersamaan pada kelompok atlet pemula.

Novelty lainnya adalah penggunaan hasil survei sebagai alat evaluasi langsung bagi pelatih, sehingga dapat menjadi dasar untuk memperbaiki metode latihan, memperdalam pembinaan teknik, dan merancang program latihan yang lebih terarah. Penelitian ini juga mengisi celah penelitian sebelumnya yang lebih fokus pada pengembangan model latihan, sementara kajian evaluatif terhadap efektivitas program latihan yang sudah berjalan masih sangat terbatas. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi nyata dalam

memahami kondisi keterampilan atlet pemula secara empiris dan menawarkan dasar kuat untuk perbaikan latihan di BKMF Petanque FIKK UNM.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar atlet Petanque pemula di BKMF Petanque FIKK UNM secara umum berada pada kategori cukup, baik pada teknik pointing maupun shooting. Program latihan yang diterapkan telah memberikan pengaruh positif terhadap penguasaan teknik dasar, namun efektivitasnya masih perlu ditingkatkan. Aspek yang memerlukan perhatian lebih adalah konsistensi lemparan, akurasi sasaran, dan koordinasi motorik halus dalam pelaksanaan teknik shooting. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan mutu program latihan melalui variasi metode latihan yang berfokus pada pengendalian gerak, ketepatan, serta pembiasaan teknik yang benar dan berulang. Dengan pembinaan yang sistematis dan evaluasi berkelanjutan, diharapkan keterampilan dasar atlet pemula dapat meningkat menuju kategori “baik” bahkan “sangat baik”, sehingga mampu mendukung prestasi Petanque di lingkungan BKMF FIKK UNM secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A., Samsudin, S., Nasrullah, N., Mulyadi, M., & Irawan, E. (2024). The Influence of Imagery Training Methods on Pointing Accuracy Results in Petanque Athletes. *Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation*, 2(1), 19–24.
- Badaru, B., Rachmat Kasmad, M., Juhanis, J., & Anwar, N. I. (2021). Effect of Accuracy and Muscle Strength Training on the Result of Shooting Throws in Petanque. *Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 11(1), 56.
- Irawan, F. A., Ghassani, D. S., Permana, D. F. W., Kusumawardhana, B., Saputro, H. T., Fajaruddin, S., & Bawang, R. J. G. (2022). Analysis of pointing accuracy on petanque standing position: Performance and accuracy. *Journal Sport Area*, 7(3), 455–464.
- Juhanis, J., & Nur, M. (2018). Pelatihan teknik dasar dan sosialisasi peraturan permainan olahraga Petanque pada mahasiswa FIK UNM Makassar. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2.
- Pelana, R., Setiakarnawijaya, Y., Anggraini, D., Sukiri, S., Safitri, I., & Antoni, R. (2021). Pointing Skills Training Model For Petanque Athletes. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(1), 1–8.
- Saharullah, S., & others. (2020). *Dasar-Dasar Ilmu Kepeleatihan*. Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Wiarso, G. (2021). *Dasar-Dasar Kepeleatihan Olahraga*. Guepedia.
- Zainuddin, M. S., Usman, A., Kamal, M., Abduh, I., & Wahyudi, A. S. B. S. E. (2022). Analisis keterampilan olahraga petanque Sulawesi Selatan. *Tadulako Journal Sport Sciences and*

*Survei Tingkat Keterampilan Dasar Atlet Petanque Pemula Berdasarkan Program Latihan BKMF Petanque FIKK
UNM
Retno Farhana Nurulita
Physical Education, 10(1), 1-9.*